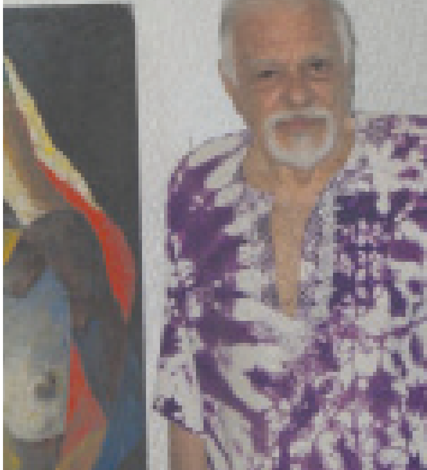
Jornal MUSICAL
www.sindmusi.org.br
sindMusi

| www.sindmusi.org.br número 56 | Setembro/Dezembro de 2013

ENTREVISTA
SÉRGIO RICARDO

Foto: Ascom SindMusi



"Temos que dar um basta na mediocridade"

Páginas 6 e 7

MÚSICOS SE MOBILIZAM E AVANÇAM NA LUTA EM 2013

Categoria marca presença na aprovação da PEC da Música e do PLS 129, que muda o Ecad. Página 2

A Mulher na Música

Debates de altíssimo nível marcaram o evento, que na sua quinta edição abordou o papel da mulher educadora na música. Educadora Cecília Conde foi a homenageada. Grupo de "Flautistas do Colégio Pedro II" abriu o evento.

Páginas 4 e 5





Foto: Ascom SindMusi

Estatuto do sindicato de cara nova

Página 3

Fenamusi fica mais ágil e moderna

Página 3

Foto: Ascom SindMusi





A Saúde do Músico

Com o objetivo de compartilhar conhecimentos através dos trabalhos realizados e experiências, encontro buscou propostas para um novo marco no trato da questão. Evento contou ainda com oficinas de trabalhos corporais.

Páginas 12, 13 ,15 e Última



Palavra da Presidente | Deborah Cheyne

Músicos mostram mobilização na luta por seus direitos

Chegamos ao nosso último encontro do ano. Apesar das dificuldades, 2013 chega ao fim com expressivos avanços para a categoria dos músicos.

No âmbito geral, dois acontecimentos marcaram de forma significante o universo da cultural, em especial a área da música.

A promulgação no dia 15 de outubro da Emenda Constitucional 75, originária da chamada PEC da Música, que garante imunidade tributária para fonogramas e videofonogramas produzidos no Brasil com obras musicais de autores brasileiros ou interpretados por brasileiros, é uma delas. Sua aprovação deverá ter efeitos expressivos no mercado, com a redução dos preços de CDs e DVDs ao consumidor.

O benefício se aplica inclusive à fase de prensagem e comercialização de CDs e DVDs e para o comércio de arquivo de músicas pela internet.

Outra importante vitória, fruto da mobilização e luta dos músicos, foi a aprovação do PLS 129, que estabelece novas regras para a cobrança, arrecadação e distribuição dos direitos autorais. Entre elas, a que determina que pelo menos 85% da arrecadação passe a ser distribuído aos titulares dos direitos, entre os quais os compositores e intérpretes.

Destaca-se ainda o monitoramento externo ao Escritório Central de Arrecadação de Direitos Autorais (Ecad), que funciona sem auditagem externa, sendo alvo de reclamações de distorções. As mudanças passam a valer agora em dezembro.

Num campo mais específico, mas não wzmenos importante, três acontecimentos aqui no Rio de Janeiro, com interferência direta do nosso sindicato, contribuíram para se apostar num 2014 com um grau ainda maior de mobilização, por parte da categoria, na luta por seus direitos.

O primeiro deles foi à realização do "Encontro Brasileiro de Saúde do Músico". O evento, que teve a coordenação do fisioterapeuta Edmur Paranhos Jr., reuniu profissionais da saúde, educadores e músicos para compartilhar conhecimentos através dos trabalhos realizados e experiências adquiridas, numa área cada vez mais crucial para músico, tanto no seu aspecto profissional quanto pessoal.

> "As mudanças no Ecad e a aprovação da PEC da música foram dois avanços expressivos"

Sem dúvida alguma, o encontro foi um campo fértil para surgimento de ideias para criação de uma proposta de institucionalização que busque estabelecer condutas e normas dentro da fiscalização do trabalho, na proteção à saúde do músico.

Evento já consagrado no cenário musical brasileiro, o seminário "A Mulher na Música", em sua 5º edição, foi outro acontecimento marcante e que pesou para fazer de 2013 um ano caracterizado pelo avanço para a categoria dos músicos.

Nessa edição, foi abordado o papel da mulher educadora na música, trazendo para o centro dos debates a questão da educação musical no Brasil, que apesar do animador resultado obtido em 2008, no processo de tramitação da Lei 11. 769/08, que trata da obrigatoriedade do ensino de música na grade curricular da Educação Básica, encontra-se patinando no que se refere à sua regulamentação e implementação.

Destaca-se a participação, como sempre brilhante, da presidente da Federação Latino-Americana de Educação Musical (Fladem), Ethel Marina Batres Moreno.

Por fim, tivemos ainda, antecedendo ao seminário, a realização da assembleia da Federação Nacional dos Músicos (Fenamusi). Mais um passo no fortalecimento da entidade, que se consolida a passos largos. Os sindicalistas contaram ainda com as palestras sobre os caminhos da atividade sindical no Congresso – "A anatomia do Congresso", ministrada pelo jornalista André Luiz, do Departamento Intersindical de Assessoria Parlamentar (Diap) e "Os Novos Contornos da Atuação Sindical", com a Drª Zilmara Alencar – Consultoria Jurídica Trabalhista.

Como se vê, ações não faltaram na luta por melhores salários e condições de trabalhos dignas para o músico. O SindMusi orgulha-se de ter participado de todas essas conquistas. Afinal, esse é o nosso papel.

Boas Festas e Feliz 2014 !

SINDMUSI - Sindicato dos Músicos do Estado do Rio de Janeiro

Presidente: Déborah Cheyne
Vice-Presidente: João Bani
Diretor Tesoureiro: Álan Magalhães
Diretor Administrativo: Cesar Ehmann
Diretor Secretário: Bernardo Aguiar
Diretor do Trabalho: Alexandre Negreiros
Diretor de Patrimônio: Joana Queiroz
Diretor Social: Anjo Caldas
Diretor de Informática: Gabriel Improta
Diretor de Comunicação: Daniel Batera
Representante I: Tim Rescala
Representante II: Nilze Carvalho

Conselho Fiscal
Darcy da Cruz, Luciana Requião e Lulu Pereira
Suplentes: Abel Machado, Andrea Ernest DIas, Carlos Malta, Dalmo Mota, Helena Buzack, Michele Barsand, Nayran Pessanha, Sônia Katz e Xande Figueiredo

Quadro Funcional
Secretária da Diretoria: Anilza Pereira
Auxiliares Administrativos: Samuel Beriba, Lyz Costa e Silva
Serviços Gerais: Maurício Vieira
Jurídico: Dr. Edson Júnior (área cívil) e Dr. Luiz Felga (área trabalhista)
Comunicação: Orlando Lemos

Delegacia Regional Serrana Sindmusi
Delegado: Álan Magalhães

Jornal Musical
Jornalista Responsável : Orlando Lemos
Registro Profissional nº 13197
Repórter : Leonardo Coelho
Colaboradora: Eliza Neves
Diagramadora : Grasiele Salme (grasielesalme@hotmail.com)
Fotolito e Impressão: Jornal do Commercio
Tiragem: 10.000 exemplares
Circulação: Rio de Janeiro

Rua Álvaro Alvim, nº 24 / gr 405
Cinelândia – Rio de Janeiro / RJ
CEP.: 20.031-010
Telefone: (21) 3231-9850
Fax: (21) 2240-1473
www.sindmusi.org.br
sindmusi@sindmusi.org.br

Horário de Atendimento:
2ª à 6ª das 10 às 18 horas

Fenamusi mais ágil e moderna


Foto: Ascom SindMusi

Criada em novembro de 2012, a Federação Nacional dos Músicos (Fenamusi) chega ao seu primeiro ano de vida com avanços importantes,enquanto entidade nacional representativa dos músicos. Da sua fundação, passando pelo registro depessoa jurídica, foram decorridos seis meses, o que é um passo significativo em se tratando da burocracia que normalmente é exigida nestes casos. Hoje, a Fenamusi encontra-se no Ministério do Trabalho e Emprego aguardando parecer final para o seu registro definitivo.

Se no campo jurídico, os avanços têm sido expressivos, no campo político a situação não é diferente, com a adesão de mais dois sindicatos aos cinco da sua fundação, além de outros que estão se adequando a legislação para formalizar sua filiação.

Mas, essas duas vertentes não poderiam caminhar sem o necessário avanço estrutural da entidade. Assim, na primeira assembleia(foto), realizada agora em novembro, na sede do SindMusi, uma importante medida foi aprovada pelo plenário, com criação de uma básica única de dados, que atenderá as demandas de cadastro de músicos, contribuições sindicais, nota contratual digitalizada e divulgação dos trabalhos dos músicos.

- Com isso, teremos a necessária troca de informação que permitira a troca de dados para suprir as demandas da categoria em diversas situações. Sejam elas, no atendimento jurídico, na concessão de benefícios, na contratação de músicos entre diferentes regiões, e por aí vai. Os ganhos são imensos para o músico – avalia Débora Cheyne, presidente da Fenamusi.

Os músicos presentes contaram ainda com duas palestras importantes. Uma apresentada pelo jornalista André Luiz, do Departamento Intersindical de assessoria Parlamentar – Diap, que abordou os caminhos da atividade sindical no Congresso – “A anatomia do Congresso”, e a outra pela DrªZilmara Alencar, consultora jurídica trabalhista, que falou sobre “Os novos Contornos da Atuação Sindical”■

Estatuto de cara nova

Um estatuto mais moderno e atualizado. Com esse objetivo, o SindMusi realizou, em agosto, assembleia visando uma série de mudanças no estatuto do sindicato. A assembleia contou com a presença de um grande número de músicos e foi bastante concorrida. A grande maioria das alterações ocorridas no estatuto foi aprovada por unanimidade.

A necessidade de mudança no estatuto deveu-se a adequação ao novo ordenamento jurídico do Código Civil, atualização as novas portarias do Ministério do Trabalho, que dinamizam a estrutura sindical - por exemplo, a certificação digital e digitalização de documentos e uma maior fiscalização na concessão de cartas sindicais.

As alterações no estatuto compreenderam supressão de seis artigos, redução de diretores, revisão do texto no sentido de oferecer uma melhor compreensão e incorporação de artigos formalizando a criação de uma comissão eleitoral, além de regras mais claras para o processo.

O novo estatuto já foi encaminhado ao RCPJ - Registro Civil de Pessoas Jurídicas, e assim que for publicado no Diário Oficial da União, será encaminhado ao Ministério do Trabalho e Emprego, em Brasília. De acordo com a legislação, após este trâmite estaremos disponibilizando o novo estatuto no site do SindMusi.■

Músicos agredidos têm apoio do sindicato

Tendo como pauta as agressões sofridas por músicos no evento Viradão Cultural 2013, o SindMusi realizou no segundo semestre do ano Assembleia Geral Extrordinária para definir com a categoria que medidas tomar no sentido de defender o interesse dos músicos agredidos.

O plenário presente à assembleia aprovou, por unanimidade, ajuizar ação cível de substituição processual contra a produtora do evento, prefeitura do Rio de Janeiro e Riotur, com o objetivo de se indenizar os músicos agredidos, disciplinar e organizar os eventos produzidos e requerer retratação pública sobre o ocorrido.

Também por unanimidade, o plenário aprovou uma segunda proposta, no sentido de que as bandas envolvidas propusessem uma ação cível coletiva contra a produtora terceirizada do evento, para que fossem reparados os danos sofridos.

Os músicos agredidos no evento são integrantes das bandas “Tupiniquim Jazz Orquestra”, “Historic Brazilian Jazz Band” e “Abayomy Afrobeat Orquestra”. Eles foram agredidos no dia 14 de abril, quando tocaram no palco Garota de Ipanema/Arpoador.

Os músicos também disponibilizaram um link para uma petição pública de coleta de assinaturas em apoio a ação judicial movida pelo SindMusi contra as agressões no Viradão Cultural 2013.

Para assinar a petição, acesse o link http://www.peticaopublica.com.br/PeticaoVer.aspx?pi=P2013N41450 .

5º Seminário A Mulher na Música

MUITO ALÉM DA QUESTÃO DE GÊNERO

Debater a presença da mulher educadora na música foi o ponto central do o 5º Seminário "A Mulher na Música", realizado em novembro, no Memorial Getúlio Vargas, na Glória. Coordenado pelo SindMusi, o evento teve a presença de vários profissionais educadores, de ambos os sexos, para discutir a presença da mulher na educação musical brasileira.

Segundo a presidente do SindMusi, Débora Cheyne, a ideia do seminário inicialmente iria abarcar também o tema da violência contra a mulher. Porém, após uma conversa com uma delegada de polícia, ela mudou de opinião. "A conversa me tirou um estigma: o estigma de que para falar sobre mulher é preciso abordar obrigatoriamente a violência física", revelou. Assim, ela resolveu focar o encontro na figura da mulher educadora na música. "Entretanto, o assunto da discriminação, da violência simbólica, emergiu durante todo o seminário, o que mostra que esses problemas ainda acontecem cotidianamente na vida da mulher", ressaltou.



Os alunos de ensino de música do Pedro II deram show em vários instrumentos

Sendo uma das áreas que mais emprega profissionais do sexo feminino, a educação teve seu papel dissecado durante o evento, fazendo com que fosse possível observar as diversas nuances do tema, que muito ajudaram a enriquecer a discussão de um assunto tão importante e ainda tão pouco discutido.

Ocorrida sob o espectro do processo de tramitação da Lei 11.769/08, que trata da obrigatoriedade do ensino de música na grade curricular da Educação Básica e que, até o momento, encontra-se no limbo entre sua regulamentação e implementação, o seminário homenageou diretora musical, compositora e educadora Cecília Conde, que tem na sua atuação politica pela educação musical no Brasil um capítulo especial na sua trajetória profissional.

A abertura do evento foi feita pelo grupo "Flautistas do Colégio Pedro II", coordenado pela professora Ana Paula Cruz, que ministra aulas de flauta transversa e percepção musical. O ensino de música no colégio tem conta hoje com cerca de 800 alunos, englobando os ensinos básico, médio e técnico, com aulas também para a comunidade. "A novidade é que teremos ano que vem curso voltado para o canto", adianta a professora ■

A nutrição como pilar de sustentação da vida

A nutricionista Luciana Ayer fez a primeira palestra do seminário, abordando a nutrição como elemento primordial na sustentação da vida. E os agentes por manter esse mecanismo em bom funcionamento são as células. "Existem 100 trilhões de células em nosso organismo e cada uma delas sabe o que fazer. O compromisso delas é fazer com que nosso organismo execute suas funções", salientou, acrescentando que "cada uma dessas precisa de aproximadamente 50 nutrientes para se subsistir".

Não é novidade que, para muitos músicos e musicistas, uma rotina desequilibrada e com horários pouco definidos faz parte do dia a dia. Nesse aspecto, a importância de uma alimentação balanceada e nutritiva é essencial para prevenir doenças e problemas decorrentes de uma má nutrição. Contudo, a nutricionista deixou claro que este quadro vai além desta ou daquela profissão. "Isso não é uma realidade apenas do músico e da musicista na nossa sociedade. Como um todo, trabalha-se muito e cuida-se pouco", assinala.

Para Ayer, os constantes problemas de saúde que muitos sofrem podem ser explicados pela cada vez mais distinta relação entre alimento e comida. "Comida é aquilo que natureza nos dá, e alimento é aquilo que a indústria produz", explica. Tal quadro, porém, não seria tão grave para a saúde dos seres humanos, caso não existisse o uso intensivo dos chamados componentes xenobióticos.

Esses compostos químicos artificiais são elementos raros ou impossíveis de se encontrar, e se produzir, na natureza. É desse tipo de elementos, muitas vezes tóxicos, que a indústria alimentícia vem se utilizando há décadas para ajudar a aumentar a produção, com o prejuízo de que cada vez mais eles estão presentes em quase alimentação moderna, impregnando os organismos das pessoas.

A nutricionista revelou que a solução, pelo menos por enquanto, precisa ser das próprias pessoas e da sua força de vontade. "Mesmo que você tenha uma vida atribulada, você tem a possibilidade de escolher uma alimentação balanceada. A nutrição é uma base para todos", conclui ■

A mulher precisa ser protagonista

A segunda mesa do 5º seminário "A Mulher na Música", mediada por Aládia Quintella, tocou no assunto principal do evento: o papel da mulher na educação musical. Com as presenças de Laila Rosa e Adriana Didier, o debate foi bastante produtivo para pensar o diálogo entre o ensino musical e a presença da mulher em seus quadros.

Para Laila Rosa, musicista e doutora em etnomusicologia, ainda parece haver uma falta de educadoras latino-americanas nas referências acadêmicas, o que contradiz o nosso modelo supostamente democrático e neutro. Ela exemplificou sua situação ao comentar um fato, enquanto pesquisava para sua tese de doutorado. "Chegou um momento que decidi que não iria mais ler homens, apenas referências femininas sobre o assunto". A partir dessa decisão, Laila pode efetivamente enriquecer uma consciência que ela conceituou como fronteiriça entre diferentes saberes.

Sua colega de bancada, a diretora técnico cultural do Conservatório Brasileiro de Música (CBM), Adriana Didier, concordou com a etnomusicologista, adicionando sua experiência enquanto educadora. "É por isso que a luta pela licenciatura é uma coisa muito importante. A musicista precisa trabalhar o lado da educadora, e a educadora o lado da musicista".

Entretanto, mesmo nesse ambiente de luta conjunta há muitos erros a se corrigir. Um deles é a falta de integração entre Brasil e a América Latina. Exemplo maior disso foi dado pela própria Adriana Didier, que agradeceu em italiano após uma apresentação no Uruguai. "Aí, me perguntaram: como que eu não sei espanhol? Quer dizer, a gente não pode e não deve estar tão voltado apenas para o universo brasileiro", finalizou.



Adraina Didier e Laila Rosa: avanços e conquistas dentro da visão feminina

O ensino musical não pode mais esperar

Apesar da intensa luta e regulamentação da lei que institui o ensino musical obrigatório nas escolas, ainda é cedo para começar a colher os frutos desse processo. Essa foi a atmosfera dominante na mesa "Os impactos e desafios da Lei 11.769/2008 para a escola pública brasileira", feita durante o seminário.

Após os anos de luta que levaram finalmente à promulgação da lei, foi dado ao sistema de ensino brasileiro mais três anos para se adaptar às exigências instituídas. Sendo assim, em 2011 já se deveria ter, a princípio, um ensino musical consolidado no sistema educacional. Isso, contudo, está longe de ser realidade.

Felipe Radicetti (foto), compositor clássico e presidente da Associação Brasileira de Compositores de Música para Audiovisual (Musimagem), e um dos principais articuladores da aceitação da lei, deixou claro que o tempo já se esgotou e que não há mais como manter a situação do jeito que está. "O caminho de diálogo referente ao ensino de música praticamente já foi exaurido junto às instituições. Em 2014, a campanha será cinquenta vezes mais forte", afirmou.



Para Inês Rocha, professora do Colégio Pedro II e coordenadora do grupo "Batucada boa", a diversidade dos debatedores na conversa ajudou a contemplar o espectador com uma gama variada de visões. "Tivemos em mesa debatedores de espectros diferentes do tema, sendo um compositor, uma professora de colégio e outra de universidade", disse.

Todos na mesa formularam várias críticas aos meandros do processo de construção do ensino musical nas escolas, que vem se desenrolando há anos, com destaque para a parte de formação de professores, da qual Mônica Duarte, da licenciatura da Unirio faz parte. Ela criticou o que ela chamou de homem-máquina, que produz e lucra para os outros e não para si. "Nesse tipo de sociedade, com esse tipo de pessoas, o papel da música também fica em cheque. É por isso que precisamos lutar politicamente para impor nossas crenças", afirmou.

Entrevista | Sérgio Ricardo


Foto: Ascom SindMusi

"É necessário pôr um fim na mediocridade"

Polêmico, provocador e dono de uma versatilidade impressionante. Assim, pode ser definido o músico, escritor, cineasta e pintor Sérgio Ricardo, de 81 anos, protagonista de um dos atos mais marcantes e simbólicos da história da música popular brasileira, quando impedido pelo público de apresentar "Beto Bom de Bola", no Festival da Record em 1967, quebrou seu violão e atirou contra a plateia. Sem meias palavras, como é do seu estilo, João Lutfi, seu nome verdadeiro, fala nesta entrevista sobre os movimentos da classe artística na luta por seus direitos, da falta de uma visão unitária da categoria e lamenta a atual situação da Cultura, para ele sucateada em detrimento do "lixo" que chega de fora.

Sérgio Ricardo: " É preciso que tenhamos mais movimentos tipo GAP espalhados pelo país. São células de resistência da nossa música"

Como você vê a situação da cultura nos dias de hoje?

Como eu lido com várias manifestações culturais - música, cinema, livro, pintura etc -, a visão que eu tenho é que nesse campo estamos fundo do poço. Nunca vi na minha vida uma situação tão caótica como essa, dentro dessa coisa da cultura brasileira. Estamos mesmo no fundo do poço, por questões vinculadas ao sistema, que dificulta a verdadeira manifestação cultural do povo. E isto porque a arte está ligada de forma voraz ao comércio, ao lucro que ela pode dar. Nós, enquanto resistência, estamos numa espécie de periferia, lutando para não deixar morrer o lado verdadeiro da arte brasileira. Agora, o problema é que nós estamos sem força para realizar uma transformação e mudar esse estado de coisa. Esse é o dado mais importante. Isso porque quando um sistema impõe um determinado comportamento e você tem uma classe que não tem a necessária união para resolver os seus problemas e vencer os obstáculos, aí fica difícil operar uma transformação. Com isso, vivemos um momento em que a cultura precisa renascer.

De qualquer forma, tivemos recentemente dois avanços importantes para a classe artística. As mudanças no sistema arrecadação do direito autoral e a aprovação da PEC da Música. Você inclusive fez parte desses movimentos e trabalhou para estas vitórias. Qual sua avaliação?

É verdade. São dois avanços importantes. Eu por coincidência estou vinculado a um grupo extremamente atuante, que é o GAP – Grupo de Atuação Parlamentar, que tem um núcleo fundamental para a viabilização da transformação que falei antes, composto não só de idiotas como eu em direito autoral, mas da música de forma geral, e de outras artes também. E isso é fácil de explicar, porque muitas vezes o artista, quando se envolve nesse tipo de trabalho, não se lembra de colocar a outra mão que não seja a lúdica,a utópica. Enfim, esquece-se da mão objetiva, da coisa concreta, de se identificar com os demais em um movimento conjunto, unitário, em prol da mudança.

O quero dizer com isso é que o artista costuma tratar apenas de si mesmo. Como geralmente não entende nada de direito autoral, de leis e mais outras tantas coisas nessa área, não tem o necessário poder de articulação para efetuar suas reivindicações. Assim, acaba virando um refém do sistema. Tem muita gente que acha que têm direitos e não têm e vice-versa.

E se GAP fosse mais amplo, deixando de ser um grupo para se tornar um movimento? A mobilização na luta por essa transformação estrutural que você prega, não poderia ganhar corpo?

Olha, a ideia é que tenhamos uma mobilização a nível nacional. Mas é preciso tomar cuidado com o caminho a ser tomado. Esse crescimento que desejamos não passa pode passar por uma "abertura", sem critério, para esta ou aquela entrada. Temos que ter a clara visão de quem chega para somar e de quem chega para dividir. Isso é crucial. O que quero é dizer que infelizmente tem colegas que trabalham para o outro lado, que se entregaram ao sistema, que ganham a sua graninha como coniventes, que não querem perder a boquinha. **Então, você me pergunta: qual seria o caminho?** Acho que passa pela multiplicação de células como o GAP, que é uma célula de resistência na luta. Mas é preciso que essas células

Entrevista | Sérgio Ricardo

estejam organizadas, estruturadas. Isso, para que a pessoa, no caso o músico, não construa interrogações sem propósito, sem fundamento, que acabam levando aos famosos "rachas".

Então, você acha que o que falta para um avanço ainda maior é uma postura mais unitária?

Exato. Até porque é preciso haver por parte dos grupos e dos indivíduos a compreensão de que isolado não se vai a lugar nenhum. Numa reivindicação política, ou qualquer que seja ela, unidade é fundamental. No caso do músico, independente de que tipo de música ele faça. Acho inclusive que uma instituição como o sindicato, que luta na busca dessa unidade, dessa mobilização, é um exemplo. Ele tem base para buscar isso, mas não consegue em virtude da falta da visão da própria classe. A coisa toda passa por uma costura em busca dessa unidade.

Você vivenciou todo o processo de luta da pelo fim da ditatura. No campo da cultura, especialmente a música, acha que com o fim desse período autoritário houve certa dispersão daquela música mais engajada?

O que aconteceu foi uma falta de consciência da classe, somado à indução por parte do sistema feita por intermédio da mídia e da televisão, em se definir parâmetros para a criação de uma indústria musical. Isso, em simbiose com a matriz cultural vinda lá de fora, nos deixou à deriva. Então, nos encheram de várias coisas vinda lá de fora. A maioria uma bobagem só, uma mediocridade. E essa invasão não foi só aqui. Foi no mundo inteiro. Quero deixar claro que não se trata aqui de uma questão de preconceito musical contra esse ou aquele tipo de música, mas sim da ideologia que está detrás dessas manifestações e da fraqueza, vamos dizer assim, estética. E o que é pior, a gente importa esse tipo de coisa em detrimento da nossa música e lá fora eles ouvem o que compomos e tocamos com o maior respeito. E nós, aqui dentro, acabamos descartando o nosso melhor.

Você, inclusive, está afastado algum tempo da produção musical. Essa situação influiu?

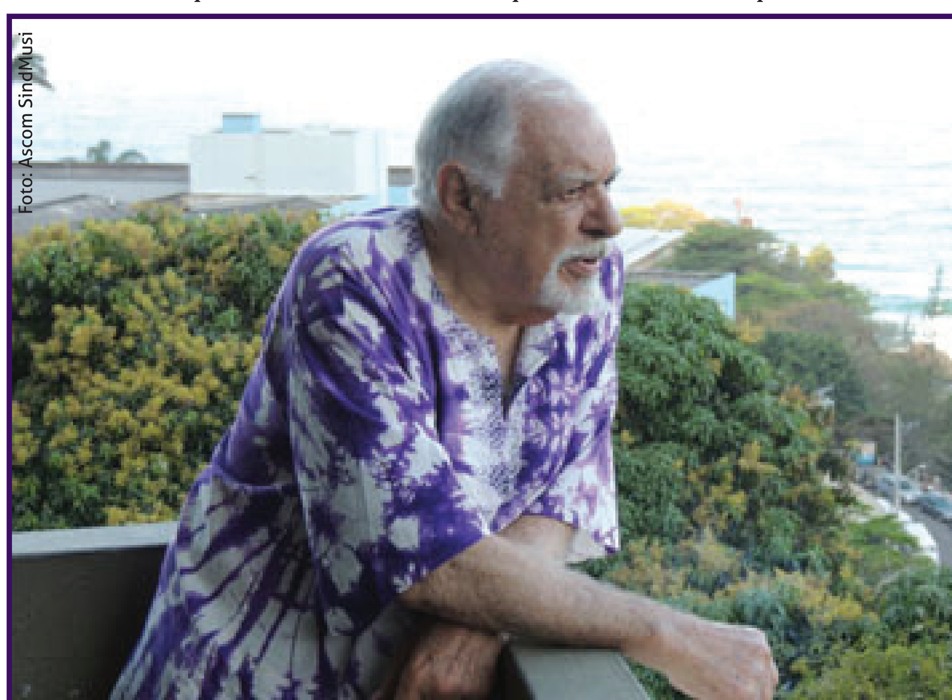
Sem dúvida. Eu estudei música a fundo. Mas diante de uma situação dessas, o sujeito fica desanimado com o que é colocado para veiculação na mídia. Aliás, não só eu. Vários amigos meus pararam de fazer música. O cenário é realmente dantesco. De uma mediocridade impressionante.

Agora, um detalhe curioso, é que muitas vezes esse som mais elaborado que nós temos aqui dentro, se ausenta das questões sociais. Não que isto necessariamente seja uma obrigação. Mas o que eu quero dizer é que quem puxa muitas vezes o retrato da exclusão, das desigualdades sociais, da própria impunidade, é o som que não tem tanta qualidade, mas que desnuda, de forma crua, a situação de grande parte da população.

Concordo. Mas porque em vez de funk, rap e outras coisas mais, essas questões não são tratadas por meio de uma embolada de feira, onde nós temos uma arte quase inigualável, que é a da improvisação? Uma coisa riquíssima. Por que não dizer isso de uma maneira brasileira? Estou me referindo a essa questão.

Mas não é preciso que tenhamos da nossa vanguarda musical um compromisso maior com essa realidade? Aquilo que conversamos anteriormente: apesar de toda esta qualidade, estamos dispersos.

Olha, essa é uma questão que envolve a mídia mesmo. O sucesso é uma coisa que aprisiona as pessoas. Porque é o que todo mundo quer, e isso é uma desgraça. Na grande maioria das vezes, a pessoa acaba caindo na mediocridade estabelecida. O padrão é aquele e acabou. O indivíduo acaba se transformando numa máquina de fazer aquilo que os outros querem. Então, as pessoas acabam perdendo um pouco essa consciência. Não que haja uma obrigatoriedade de este ou aquele engajamento. É preciso um pouco mais de consciência. Agora, a dispersão existe, mas as manifestações ocorridas este ano no país são um alento. Trata-se de uma coisa orgânica. O ponto principal é que o potencial existe.


Foto: Ascom SindMusi

A aprovação da PEC da Música é, sem dúvida, um marco. Como você avalia a questão?

Sem dúvida. Os ganhos para o músico brasileiro, principalmente para o artista independente, são bastante expressivos. Agora, temos que ficar atentos porque alguém perde com isso. E por certo vão fazer de tudo para manter os preços dos CDs e DVDs nos mesmos patamares.

Na questão do direito autoral, como deve ficar a fiscalização do Ecad?

Na verdade, não quero nem saber quem é que vai ficar com isso. O governo? Um órgão específico? O importante é que a gente possa ter acesso a ele. Isso é que é importante. A questão é: ficar pior do que estava não fica.

Quebraria um violão de novo?

Olha, aquilo foi num determinado momento. Um ato que teve protesto e revolta. O fato é que o público não estava entendendo nada do que eu queria falar com a aquela música. Na verdade, a inspiração para a música veio do Garrincha, que era o "Beto, Bom de Bola", o título da música. Procurei abordar ali o que aconteceu com ele. Muitas achavam que era uma besteira, mas posso garantir a você que é uma das melhores canções que eu já fiz. A canção ficou marcada, maldita. Ninguém toca, ninguém canta essa música. Isso porque o meu gesto teve toda uma conotação política, somado a minha indignação pelo tratamento que estava sendo dado ao artista brasileiro.

O que eu deveria ter feito era não ter entrado nesta história. Achei que aquilo poderia ser uma tribuna para o meu protesto. Para você ter uma ideia, o dono da televisão que veiculava o festival era um cartola, o Paulo Machado de Carvalho. E a minha música era justamente contra a cartolagem. Então, fizeram tudo para que a música desse errado. Mas como não tenho prova de nada, não vou acusar se houve gente paga para vaiar. Mas o fato é que isso acabou até me ajudando. Poderia estar esquecido, como Vandré, Gonzaguinha e tantos outros talentos. Talentos que jamais poderia estar sendo esquecidos, como estão. São talentos maravilhosos, deixados de lado em nome da mediocridade que toca por aí. Bem, sobrevivi. Vamos em frente. Como dizem: a luta continua ■

CONVÊNIOS E BENEFÍCIOS

"Confira as vantagens exclusivas de ser um sócio do SindMusi "

Os benefícios, serviços e convênios são exclusivamente para os associados que estejam em dia com suas obrigações sindicais (anuidade e contribuição).

SERVIÇOS GRATUITOS NA SEDE

ATENDIMENTO JURÍDICO
Agendamento pelo telefone: (21) 3231-9850/2532-1219
Área Cívil e Previdênciaria - Dr. Edson Jr.
Dias: 2ª, 4ª e 6ª feiras
Área Trabalhista - Dr. Luiz Felga
Dias: 3ª e 5ª feiras

PORTAL E QUADRO DE AVISOS
Envie para comunicacao@sindmusi.org.br seu realese com até 05 linhas, uma foto para postar em nosso site, agenda de shows ou anúncio

*INTERNET
Disponibilizamos dois computadores com internet em banda larga, pra uso exclusivo dos associados

SEGURO DE VIDA EM GRUPO
O seguro cobre acidentes pessoais, morte acidental e invalidez permanente, total e parcial por acidente. Tel: (21) 3461-9135 de seg. à sex., das 9h ás 17h.

*ATENDIMENTO MÉDICO E ODONTOLÓGICO
Consulta simples, por ordem de chegada
Clínico Geral - Dr. Carlos Augusto
Dias: 2ª feira, das 9h ás 12h e das 13h ás 17h 4ª feira, das 9h ás 12 h 5ª feira, das 14h30 ás 16h30
Cardiologia - Drª. Mara
Dias: 3ª feira, das 15h ás 17h 6ª feira, das 13h ás 16h
Odontologia - Dr. Jorge Bitar
De 2ª a 5ª feiras, das 13h ás 16h

*Serviços extensivos aos dependentes

PARA TORNA-SE SÓCIO É FÁCIL !
TRAGA SUA CARTEIRA DA OMB, UMA FOTO 3X4 E RECOLHA AS TAXAS CONFORME A TABELA

2013	Até 28/02/2013	Após 01/03/2013
Contribuição Sindical	R$ 108,30	R$ 117,00
Anuidade Social	R$ 76,15	R$ 82,00

Convênios

SAÚDE

UNIMED-RIO
Tenha a proteção da melhor assistência médica em todo o país, com ampla rede referenciada e carências reduzidas. Administradora: Qualicorp Administradora de Benefícios S.A. Tel.: 3223-9055

ONG PROLIV – PROJETOS LIVRES COMUNIDADES TERAPÊUTICA PARA DEPENDENTES QUÌMICOS
Atendimento a dependentes químicos e seus familiares codependentes, promovendo sua recuperação e acompanhamento. Desenvolvimento de projetos de conscientização e prevenção dos perigos do uso e do abuso do álcool e outras drogas. Realização de workshops, palestras e cursos, que contribuam para o entendimento geral sobre o uso e abuso do álcool e outras drogas para os associados do sindicato em sua sede. Pelo convênio, o sindicato fará repasse mensal a Proliv, que servirá como abatimento do custo do tratamento, na recuperação e acompanhamento aos dependentes químicos que sejam associados ao SindMusi e que estejam em dia com suas obrigações sindicais (anuidade e contribuição).Informações podem ser obtidas na sede do sindicato (Rua Álvaro Alvim, 24/405, Cinelândia - Centro) ou pelo telefone 3231-9859. Para conhecer melhor o trabalho da Proliv, acesse o site www.proliv.com.br

PSICÓLOGA- DR ª. Eliane Miranda
Sessões de atendimento com desconto de 30% sobre o valor de cada sessão (valor vigente na data da consulta) Tipo de Atendimento: adolescentes e adultos Tels.: 3683-2917 e 9299-2534

ÓTICA HIPER VISÃO
Serviço óptico e lentes de contado (incluindo exame de vista). Desconto de 20% à vista e 12% no crediário em até 06 (seis) vezes sem juros. Matriz: R. Voluntários da Pátria, 45 Lj. B – Botafogo Tels.: (21) 2527-2720/ 2286- 6052 Filial: R. Farani, 03, Lj. A – Botafogo Tel.: (21) 2554-5077

ODONTOPREV ASSISTÊNCIA ODONTOLÓGICA
Contrato por adesão. Envie um e-mail para gerencia@sindmusi.org.br ou ligue para 3231-9850 e saiba como usufruir deste benefício.
Plano: Executivo Plus com as seguintes coberturas (emergência 24 horas, restauração, cirurgia, prevenção, odontopediatria, canal) Rede Credenciada Nacional
Site: www.odontoprev.com.br

CENTRO DE SAÚDE VEIGA DE ALMEIDA
Serviços de odontologia, psicologia, fisioterapia (RPG, acupuntura, piscina e sala de condicionamento físico), fonoaudiologia e nutrição. Desconto de 20%.
Site: www.uva.br/csva

CLÍNICA CORPILUX

Serviços prestados: Fisioterapia dermatofuncional em estética facial, corporal, capilar (queda, calvície, seborreia...), drenagem linfática, traumatologia e ortopedia, preventiva, sequelas de queimaduras, psoríase, pré e pós-operatório de cirurgias plásticas, reparadoras e ortopédicas. Cromoterapia clínica, Florais de Bach, Reiki Usui, relaxamento e outros. Convênio: oferece desconto de 30% (trinta por cento) para os tratamentos dermatofuncionais e holísticos, e 15% (quinze por cento) para os de fisioterapia geral.
End.: Rua Dias da Cruz 414 sala 103 - Méier
E-mail: atendimento@corpilux.com.br Tel.: (21) 3437-8334 / 9629-1389
Orkut: Corpi lux Fisio Dermatofunfional
Twitter:@corpilux
Facebook: Corpi lux

CONVÊNIOS E BENEFÍCIOS

ENSINO

JARDIM ESCOLA TEMPO DE INFÂNCIA
Desconto de 100% na matricula e 20% na mensalidade. E-mail: tocandoemvoce@gmail.com e Tel.: 2284-0085

INSTITUTO TOCANDO EM VOCÊ
Para dependentes de associados com renda mensal até 02 salários Projeto Social Tempo de Infância - Oficina Coral Projeto Talentos do Futuro - Capacitação Artística, Teatro, Música, Artes Plásticas e Dança Endereço: Rua General Roca n 362,Tijuca Tel.:2568-5451/ E-mail:tocandoemvoce@gmail.com

MUSIMAGEM-CONSERVATÓRIO BRASILEIRO DE MÚSICA
Desconto de 30% no curso "Música para Imagem" Local: Conservatório Brasileiro de Música – Centro Universitário, Av. Graça Aranha,57/12ºandar – Centro. Tels.: (21) 3478-7600/ 3478-7610 / E-mail: cultural@cbm-musica.org.br

INTENSIVO DE MÚSICA
100% de desconto nas mensalidades para os sócios e 50% de desconto nas mensalidades para dependentes dos sócios. Rua Pedro I, n 04 Sala 205, Praça Tiradentes. Site: www.intensivodemusica.com.br

AULA DE INFORMÁTICA E MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES
Direito a 20% de desconto referente à hora/aula de informática e na mão-de-obra da manutenção Professor: Eduardo Passos. Tels.: (21) 3852-9124/8266-5521/ E-mail:cepassos@gmail.com

CEL - CENTRO EDUCACIONAL DA LAGOA
Direito a 10% de desconto na escolaridade da creche ao vestibular, dos filhos ou netos dos sindicalizados. Unidades Jardim Botânico, Barra da Tijuca, Norte Shopping e Ilha do Governador. Site: www.cel.com.br ou Tel.: (21) 2536-3500

UNIVERSIDADE VEIGA DE ALMEIDA
Condições especiais: Isenção da taxa de inscrição no vestibular.
Desconto de 20 % do valor integral das mensalidades nos cursos de Graduação e Superiores de Curta Duração para pagamento até o dia 10 de cada mês. Desconto de 20% a 40 % do valor integral das mensalidades para Portadores de Diploma que desejarem ingressar, com isenção de vestibular, nos cursos de Graduação Desconto de 10% nos cursos de Pós-graduação Latu Senso, a partir da segunda parcela Desconto de até 20% nos cursos de Extensão. Desconto de 20% nos cursos de Línguas (CLC Idiomas). Site: www.uva.br ou Tel.: (21)2574-8888

ASSOCIAÇÃO CRISTÃ DE MOÇOS DO RJ-UNIDADE LAPA
Desconto de 20% e isenção de inscrição para os associados e funcionários (esposa e filhos de 6 a 15 anos). E-mail: acmrj@acmrj.com.br Tel.: 2509-5727 e Fax: 2222-9012

ESPAÇO CULTURAL TOCANDO EM VOCÊ & JARDIM ESCOLATEMPO DE INFÂNCIA
* Escola de Arte e Centro de Terapias Isenção de Matrícula, Desconto nas mensalidades 15% aulas coletivas de música, teatro, dança e artes plásticas; 10% aulas individuais de arte; 30% do Centro de terapias Integradas à Arte: Psicopedagogia,Psicomotricidade, Psicologia, Musicoterapia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Dança terapia, Arte terapia e terapia Ocupacional; 20% nos Projetos Especiais: Yoga para Crianças, Jovens e Adultos; Oficinas de Cinema; Tecnologia Musical e Percussão; Violino para Crianças. Endereço: Rua General Roca n 362, Tijuca Tel.:2567-4378.
E-mail:tocandoemvoce@gmail.com

PREVIDÊNCIA PRIVADA

CULTURAPREV

Clube Petros - Habitacionais Plano de previdência complementar exclusivo, administrado pela Fundação Petrobras de Seguridade Social Site: www.petros.com.br e Tel: 0800 035 35 45

ASSINATURA

BACKSTAGE

Descontos especiais para os associados nos produtos da Editora H. Sheldon. Livros sobre áudio e música e na assinatura da Revista Backstage. Os descontos variam de 10 a 20%. Maiores informações: produtos@backstage.com.br ou pelo sites: www.backstage.com.br e www.editorahsheldon.com.br

LAZER

HOTEL FAZENDA GALO VERMELHO EM VASSOURAS
Desconto de 10% sobre os valore de baixa temporada Todos os meses do ano são baixa temporada exceto janeiro e julho O desconto não é válido para feriados e as reservas deverão ser efetuadas de acordo com a disponibilidade do Hotel. End.: Rodovia RJ 121 n 6814 - Vassouras.Tel.:(24) 2491-9500

VILLA HARMONIA PARATY POUSADA LTDA
Desconto de 20% (vinte por cento) sobre as diárias balcão tanto na baixa quanto na alta temporada, inclusive feriados (conforme tabela vigente na época da hospedagem) Tel.: (24) 3371-0233/ 3371-1330/ Site: www.pousadavillaharmonia.com.br

ACM - Associação Cristã de Moços do RJ - Unidade Lapa
Desconto de 20% e isenção de inscrição Modalidades físicas, como Ginástica: Jogging local, Alongamento, Jump, Step, Localizada Gap, Localizada, Local-Power, Lambadance, Hidroginástica, Natação, Condicionamento Físico, Voleibol, Futsal, basquetebol, Handebol. Tel.: (21) 2509-5727 Fax.: (21) 2222-9012/ E-mail: acmrj@acmrj.com.br

TOCA TERÊ POUSADA – TERESÓPOLIS
Diárias inteiramente gratuitas aos sócios que estiverem em dia com sua anuidade.
Condições de uso para benefício: apresentação de declaração numerada emitida pelo SindMusi, especificamente para cada reserva; fica vedada a utilização do benefício pelo mesmo associado nos seis meses subsequentes; Reserva: condicionada a disponibilização da hospedagem para a data combinada; Reservas pelos telefones (21) 2642-1100/ 2642-3657 de 2ª a 6ª feira, das 8h às 18h ou pelo e-mail reservas@tocatere.com.br
Endereço: Rua Reinaldo Viana, 257, Praça dos Namorados, Parque Ingá/ Telefones (21) 2642-1100/2642-3657 - Site: www.tocatere.com.br

VISITE NOSSO SINDICATO
Saiba como se associar e usufruir dos serviços e convênios
Acesse nosso site: www.sindmusi.org.br
SindMusi – Sindicato dos Músicos do Estado do Rio de Janeiro
Rua Álvaro Alvim, 24 Grupo 405 – Cinelândia.
Tel.: (21) 3231-9850/2532-1219

SINDICATO DE SERGIPE TEM NOVA DIRETORIA

A presidente do SindMusi e da Federação Nacional dos Músicos (Fenamusi), Déborah Cheyne, esteve no mês de outubro, em Aracajú, para dar posse a nova diretoria e ao Conselho Fiscal do Sindicato dos Músicos Profissionais do Estado de Sergipe (SindMuse), para a gestão do triênio 2013/2016. Um dos pontos altos na posse dos novos sindicalistas foi a palestra "Direitos e Deveres dos Músicos" proferida por ela durante o evento na sede da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), seccional Sergipe.

Na visita, Déborah esteve reunida com a nova diretoria do SindMuse para uma troca de informações, passando sua experiência como sindicalista. O sindicato de Sergipe passa por uma reestruturação política e administrativa. "Procuramos passar a experiência que adquirimos à frente do nosso sindicato, fornecendo assim subsídios para esta diretoria que está resgatando o Sindicato dos Músicos de Sergipe", salienta a presidente do SindMusi.

A diretoria empossada tem como presidente o músico Antônio Saraiva dos Santos, conhecido no meio artístico como Tônico Saraiva (foto). Ele avalia a situação dos músicos sergipanos como muito difícil, mas que o nova diretoria do SindMuse chega com força e bastante disposição para mudar a situação. "Chegamos com determinação. Com apoio dos companheiros da Fenamusi, vamos mudar isso", finaliza Tonico, confiante ■


Fotos: Divulgação

TABELA DE CACHÊS PARA TRABALHOS EVENTUAIS (VALORES EM REAIS: A PARTIR DE 20/03/2013)

MÚSICO CONTRATADOS NO ESTADO DO RIO DE JANEIRO RECEBERÃO CACHÊS ESTABELECIDOS NA TABELA DO SINDMUSI/RJ

GRAVAÇÃO

CD'S

POR PERÍODO

Chamada mínima 03 períodos R$ 744,00

Instrumentistas / Corista / Ritmista por período ____ R$ 249,00

Dobra 01 período ____ R$ 249,00

Solo 10 períodos ____ R$ 2.488,00

POR FAIXA

Faixa (Inst. / Corista / Rit.) ____ R$ 777,00

Dobra ____ R$ 249,00

Solo ____ R$ 2.488,00

MAKING OFF DE CD

Por faixa ____ R$ 372,00

Obs.: Tempo máximo para gravação de uma faixa 1h30m. Hora excedente ou fração R$ 249,00.

DVD'S

Por Faixa ____ R$ 1.127,00

JINGLE OU VINHETA

POR PERÍODO

Chamada mínima 02 períodos ____ R$ 829,00

Peça até 1 minuto por período ____ R$ 415,00

Dobra ____ R$ 415,00

Solo 10 períodos ____ R$ 4.146,00

POR FAIXA

Cada faixa ____ R$ 829,00

Cada dobra ____ R$ 415,00

Solo ____ R$ 4.146,00

Obs.: Tempo máximo para gravação de uma faixa 1h. Horas excedente ou fração R$ 415,00.

TELEVISÃO – AUDIO E VIDEO

Chamada mínima de 5h ____ R$ 1.561,00

Horas excedente ou fração ____ R$ 468,00

TELEVISÃO – AUDIO

Chamada mínima de 5h ____ R$ 1.042,00

Horas excedente ou fração ____ R$ 314,00

Obs.: Caso o material gravado no concerto em CD ou DVD, deverá ser pago em adicional o valor das respectivas tabelas.

TRILHA SONORAS

Para teatro e produções audiovisuais exceto TV

POR PERÍODO – PRODUÇÃO NACIONAL

Chamada mín. de 03 períodos/R$ 1.658,00

Período ____ R$ 553,00

POR PERÍODO – PRODUÇÃO ESTRANGEIRA

Chamada mín. de 03 períodos/R$ 2.275,00

Período ____ R$ 758,00

NORMAS DE GRAVAÇÃO

1.O tempo de trabalho começa a ser contado a partir do momento em que o músico estiver à disposição do contratante.
2.Na gravação por período, o primeiro período é de 60 min. E os subsequentes de 45 min.
3.Dobra é a execução da mesma partitura com o mesmo instrumento mais de uma vez.
4.Cada nova partitura executada pelo mesmo músico com mesmo arranjo, corresponde a nova chamada mínima ou faixa.
5.Cada troca de instrumento corresponde a nova chamada mínima ou faixa.
6.Na gravação por período, quando o número de faixas for maior que o número de períodos, o músico receberá o número de faixas gravadas.
7.Pout-Pourri é o arranjo de mais de uma música com, no máximo, 100 compassos. Ultrapassando esse limite, corresponde a novo arranjo e assim subsequentemente.

APRESENTAÇÃO AO VIVO

ACOMPANHAMENTO

DE ARTISTAS NACIONAIS NO BRASIL

Por show ____ R$ 1.042,00

Por ensaio ____ R$ 1.042,00

Hora extra de ensaio ____ R$ 351,00

NO EXTERIOR

Por show ____ R$ 2.084,00

DE ARTISTAS ESTRANGEIROS

Por show ____ R$ 1.292,00

Por ensaio (máx. 3h) ____ R$ 1.292,00

Hora extra de ensaio ____ R$ 431,00

Obs.: O valor do cachê inclui passagem de som (ou máximo [illegible]) de 3h. Após esse tempo, paga-se hora extra de ensaio.

MUSICO ACOMPANHADOR PARA AULAS DE BALÉ, DANÇA E CONGÊNERES

Por hora ____ R$ 90,00

BALÉ

Por hora ____ R$ 436,00

MÚSICA AO VIVO (AMBIENTE)

Por apresentação ____ R$ 486,00

CASAMENTO / CERIMÔNIAS RELIGIOSAS

Por cerimônia ____ R$ 266,00

AULAS PARTICULARES

Hora/aula ____ R$ 90,00

CONCERTO SINFÔNICO,CÂMARA,BALÉ ,ÓPERA, OPERETA E CONGÊNERES

ORQUESTRA – POR ESPETÁCULOS

Spalla ____ R$ 797,00

Instrumentista – Cordas / Sopro Percussão e Outros ____ R$ 649,00

ORQUESTRA – POR ENSAIO (MÁX. 03h)

Spalla ____ R$ 797,00

Instrumentista – Cordas / Sopro Percussão e Outros ____ R$ 649,00

CORO - CORISTA

Por espetáculo ____ R$ 649,00

CORO - CORISTA

Por ensaio(máx. 3h) ____ R$ 298,00

PIANISTA CO-REPETIDOR

Por ensaio(máx. 3h) ____ R$ 149,00

Obs.: Será cobrado 30% sobre o valor do período de ensaio. Por ensaio máximo de 3horas.

ARRANJO E REGÊNCIA (POR FAIXA)

Por arranjo ____ R$ 1.765,00

Por regência ____ R$ 1.765,00

CÓPIAS - GARANTIA MÍNIMA

550 compassos ____ R$ 351,00

Por compasso ____ R$ 0,78

NATAL, REVEILLON E CARANAVAL 2013 / 2014

Balé, Show, Bandinhas, Coreto, Passeatas, Musica ao vivo, etc.

Instrumentistas em geral / Cantores ____ R$ 611,50

Obs.: Os valores acima envolvem todos os eventos praticados nas datas especificadas, observadas as disposições relativas à jornada de trabalho (Art. 41 da Lei 3.857/60).

SEGURO-DESEMPREGO, A LUTA CONTINUA!

Um acontecimento importante no ano de 2013 foi a discussão referente ao seguro-desemprego dos músicos, artistas e técnicos em espetáculos de diversão, institucionalmente chamado de Projeto de Lei 3.269/2012, na Comissão de Trabalho, de Administração e Serviço Público da Câmara dos Deputados. Acompanhado de perto por Álan Magalhães, diretor tesoureiro do SindMusi e da Fenamusi – Federação Nacional dos Músicos, os debates acerca do tema mostraram-se bastante intensos durante o decorrer do ano, envolvendo várias viagens para Brasília.

Com os companheiros Lourinroosevelt Alves Pedrosa, presidente do Sindicato dos Músicos do Distrito Federal, e do baixista Sidney Teixeira, presidente do Conselho Regional do Distrito Federal da Ordem dos Músicos do Brasil, além do ator Hugo Gross, diretor de eventos do Sated/RJ e da atriz Lígia de Paula, presidente do Sated/SP, Álan foi à Capital Federal no dia 12 de outubro para expor o ofício 016/2013 e defender a viabilidade do PL 3.269/2012 frente ao relatório desfavorável do membro da comissão, deputado Alex Canziani (PTB/PR).

Na reunião, o deputado esclareceu que, a princípio, seu parecer foi favorável ao projeto. Mas, análise da Assessoria Técnica da Câmara, expôs um parecer contrário, baseando sua negação apenas em razões técnicas e legais. Assim, ficou acertado que a votação seria adiada e que haveria uma nova reunião, dessa vez com a presença de técnicos da Assessoria da Câmara bem como de Técnicos do Ministério do Trabalho e Emprego para desenvolver o tema. Segundo o diretor do SindMusi, a situação acabou tendo um lado positivo: "nós conseguimos impedir que o PL fosse a voto, uma vez que a tendência é que a plenária siga o voto do relator."

O segundo encontro ocorreu pouco menos de uma semana depois. Mas, de novo, a assessoria técnica da Câmara voltou a declarar seu parecer desfavorável, sendo seguida pelos técnicos do Ministério do Trabalho e Emprego.

Assim, ficou resolvido que a melhor forma legislativa para aproveitar a tramitação do PL, seria a apresentação futura de um texto substitutivo, que manteria o teor e objetivo do PL, mas o colocaria no local mais adequado da legislação, que é esparsa, ou seja, editada isoladamente



Foto: Ascom SindMusi

Som de pura brasilidade

Com a cara e o jeito do Brasil

Com o objetivo de contribuir para preservação das raízes culturais das manifestações ligadas a sanfona, acontece aos domingos de cada mês o Encontro Carioca de Sanfona. Com uma programação variada e distribuída a cada domingo em Niterói, Itaboraí e no Rio, na Vila Militar e no bairro da Glória, os encontros apresentam o que há de melhor do repertório sanfoneiro. No bairro da Glória, a festança acontece no último domingo de cada mês, no Instituto Cultural Rose Marie Muraro (Rua Hermenegildo de Barros, 44), a partir das 14 horas.

A convite do músico Morais do Acordeon, um dos organizadores do Encontro Carioca de Sanfona, a presidente do SindMusi, Déborah Cheyne, esteve no instituto, numa visita de cortesia aos músicos. "Além da boa música, da oportunidade de ouvir o que há de mais brasileiro nas manifestações ligadas a sanfona, pode-se dançar e comer muito bem no espaço. É, sem dúvida, uma excelente opção para tarde domingo", salienta.

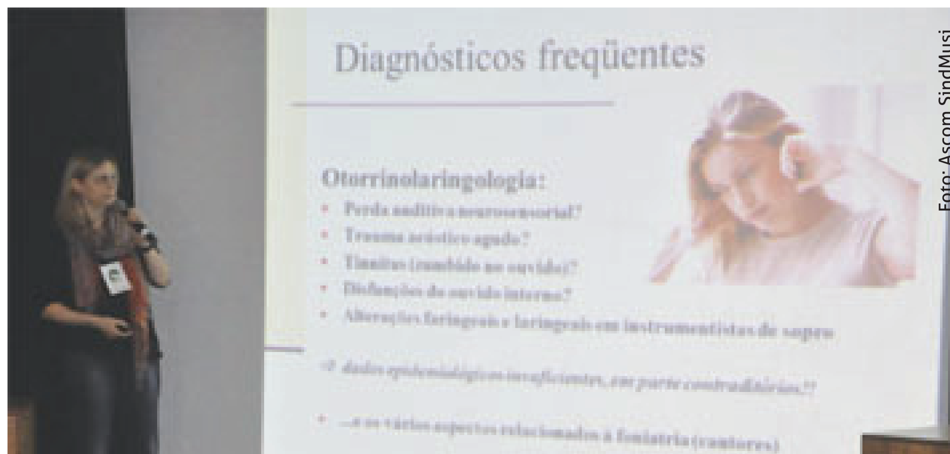
O Instituto Cultural Rose Marie Muraro oferece também oficinas de capoeira, dança de salão e roda de cassino (salsa). Estão previstas ainda atividades de chorinho, seresta, sarau de poesia e exposições. Contatos para festas apresentações podem ser feitas com Rui ou Tônia pelo e-mail icrmrio@gmail.com ou pelos tels 2509-7440, 8224-6522 e 9674-7883.



Encontro Brasileiro de Saúde do Músico

A DOR NÃO PODE TER ESPAÇO NO PALCO

Com o intuito de debater as questões relacionadas à saúde do músico, o Sindicato dos Músicos do Estado do Rio de Janeiro – SindMusi - realizou em agosto o "Encontro Brasileiro de Saúde do Músico". O evento teve a coordenação do fisioterapeuta Edmur Paranhos Jr. e reuniu profissionais da saúde, educadores e músicos para compartilhar conhecimentos através dos trabalhos realizados e das experiências adquiridas.



Annemarie destacou a importância de conhecer o corpo e suas especificações

Para a presidente do SindMusi, Deborah Cheyne, o objetivo do encontro foi o surgimento de ideias para a criação de uma proposta de institucionalização que busque estabelecer condutas e normas dentro da fiscalização do trabalho, como, por exemplo, estudar o tipo de cadeira que o músico utiliza, se a luz e a acústica estão adequadas, além de identificar o perfil dessas pessoas, conhecendo onde estão e o que desenvolvem. "A gente conhece profissionais que tratam da saúde, mas precisávamos deste encontro para pensar junto uma proposta construída de maneira tranquila e que seja amadurecida aos poucos. O formato dessa instituição a gente ainda não sabe, mas o bacana é que conseguimos a cumplicidade de todo mundo", acrescenta.

Segundo a presidente, a discussão é importante, pois os músicos estão cada vez mais doentes. Para ela, é preciso trabalhar na promoção de saúde, antes mesmo da prevenção e do restabelecimento/tratamento. "Estamos colocando a nossa vida nas mãos desses profissionais. Muitas vezes o músico passa por uma epopeia de médicos, por diversos tratamentos, toma quilos de anti-inflamatórios que não resolvem e acaba encontrando nesse profissional, que também é músico, uma solução", completa Deborah.

Considerando o evento "além da expectativa", a presidente do SindMusi afirma que pôde constatar que trabalho é o que não falta no tratamento dessa questão: "Estamos na organização, criando a logística e a estrutura. Ainda precisamos ouvir outros profissionais, como designer industrial e auditores fiscais, para que nos ajudem a entender como podemos alavancar essa questão, que engloba, inclusive, o Ministério da Saúde, pois precisamos que haja a possibilidade de o músico ser atendido pelo Sistema Único de Saúde – SUS, por um profissional que também seja músico. É uma atividade específica, regulamentada e que precisa ser tratada com especificidade", avalia.

O coordenador do encontro, o fisioterapeuta Edmur Paranhos Jr. ressaltou que foi feita uma seleção para a escolha dos debatedores, superando as expectativas que já eram positivas. "A configuração da mesa foi feita para tentar dar uma espécie de harmonia às propostas de todo mundo. Tem um pensamento por trás. Todo mundo está sentindo essa contemplação vibracional das coisas que estão sendo ditas. Há um encadeamento lógico entre as mesas que está dando um resultado sensacional", revela.

Para ele, mais do que trazer dados, o importante era que os debatedores compartilhassem suas experiências pessoais, para que as percepções dos presentes fossem reforçadas. reforçadas. "A ideia é facilitar a compreensão da saúde do músico, trazendo para o evento as vivências de pessoas que trabalham com os músicos, dividindo suas experiências com os presentes", justifica.

O entendimento do corpo

Mediada pela fisioterapeuta Carolina Valverde, o primeiro tema debatido no evento foi "O Campo da Saúde na Formação do Músico". Os profissionais da área da fisioterapia apresentaram um panorama da saúde dos músicos brasileiros e a forma de prevenir as doenças através do conhecimento do corpo.

Chamando a atenção para a falta de profissionais de saúde que também sejam músicos, Carolina Valverde iniciou o debate afirmando que "para atender a um músico, o fisioterapeuta precisa ser músico. Ele precisa entender como é o universo desse profissional que tem suas especificações".

A fagotista Cristina Porto debateu a saúde do músico na perspectiva da ergonomia aplicada às práticas musicais. Para ela, mais importante do que falar em prevenção da saúde é falar em sua promoção. Para isso, a fagotista vem realizando pesquisas em escolas de formação de músicos em nível médio. "Já realizei minha pesquisa em 44 escolas e vi a necessidade de estudarmos as relações entre o homem e o trabalho, seus contextos, as ações e cognições, situando o ser em atividade como um todo. Precisamos analisar as condições físicas do local de trabalho do músico em formação", analisa.

Segundo ela, a pesquisa mostra que 82% dos alunos consideram importante a inclusão do tema saúde nas grades curriculares. Cristina explicou que no curso de ergonomia são geradas demandas buscando estratégias para o combate de enfermidades nos músicos.

Para a fisioterapeuta Marina Médici, "conhecer o corpo é uma forma de prevenir lesões". A pesquisadora de percepção corporal na música defende que o músico precisa conhecer seus limites e, por intermédio deles, buscar a melhor formar de tocar, antes de adoecer. "Tento fazer com que o próprio aluno tenha conhecimento da sua dor para saber como se tratar. Esse conhecimento pode ser adquirido através da auto-observação, do estudo da autoimagem, na melhoria do controle e na seleção dos movimentos, como, por exemplo, aprender a respirar e ter domínio de relaxamento", frisa.

Marina também chamou a atenção para a importância de não se basear apenas nas dores, pois às vezes a doença pode estar ligada ao aspecto psicológico do músico.

A fisioterapeuta Flora Vezzá concorda que aprender a mexer no corpo e saber como usá-lo pode ajudar na prevenção de doenças. Para ela, "o movimento é a nossa base de ação no mundo. É preciso planejar o movimento através do mapa da música e com atenção, que é fundamental para se perceber o movimento do corpo".

Flora também ressalta que os professores têm papel fundamental na prevenção e precisam orientar seus alunos sobre o conhecimento corporal.

Cuidado com o diagnóstico

Problemas comuns aos músicos e suas possibilidades terapêuticas foi o tema debatido na segunda mesa, mediada por Alexandre de Alcântara. Para falar sobre o assunto, a fisioterapeuta Annemarie Frank apresentou seu trabalho sobre prevenção de queixas relacionadas à performance musical e os fatores de risco resultantes das práticas musicais.

De acordo com a fisioterapeuta, de cada 10 profissionais atendidos, oito manifestam queixas de dores musculares. As causas mais comuns são dores lombares, tendinite, dermatite de contato, glaucoma, perda auditiva e doenças relacionadas à neurologia psiquiátrica. "Apesar de todas as doenças comuns aos músicos e de suas queixas, precisamos ter cuidado na metodologia aplicada, pois podemos deixar os nossos músicos mais doentes do que realmente estão", destaca.

Para o coordenador do evento, o fisioterapeuta Edmur Paranhos Jr., uma forma de curar as enfermidades do músico é usando os métodos da osteopatia, que utiliza várias técnicas terapêuticas manuais. "As


Foto: Ascom SindMusi

Para Edmur, as enfermidades estão ligadas ao mau uso dos instrumentos

enfermidades estão ligadas ao mau uso dos instrumentos e não ao uso deles", assinala.

De acordo ele, é preciso conhecer todo o sistema corporal, para se pensar em formas de tratamento. Destaca que o corpo produz todas as químicas para as necessidades de tecidos e órgãos, e havendo fluxo normal há cura. Edmur entende que a partir daí "é possível se pensar nas ferramentas, através dos processos dinâmicos terapêuticos para o tratamento de várias patologias".

A nutricionista Luciana Ayer concorda com a posição de Edmur, ao afirmar que o corpo tem uma grande capacidade de cura, defendendo que a nutrição é o pilar de sustentação de nossa vida e que uma boa alimentação pode ajudar a prevenir as mais diversas doenças. "Nos últimos 25 anos, estamos sendo bombardeados com coisas comestíveis. Precisamos aumentar nosso consumo diário de alimentos nutritivos e protetores, retirando os produtos industrializados da nossa rotina alimentar", conclui.

Como prevenir enfermidades

Existem técnicas e exercícios que ajudam a prevenir doenças, a melhorar a postura e o desempenho dos músicos, é o que defendem os membros da terceira mesa, que discutiu "A Importância dos Trabalhos Corporais na Saúde do Músico". Esta foi a mesa mais movimentada do encontro, onde os debatedores convocaram os membros da platéia para executarem alguns exercícios que ajudam na percepção do corpo.

A fisioterapeuta Adriana Lacombe (foto) demonstrou as técnicas da ginástica holística, método de trabalho corporal que atua em três níveis: pedagógico, preventivo e terapêutico. De acordo com Adriana, a técnica foi criada pela médica alemã Lily Ehrenfried, que criou o método para uso próprio. "É uma prática pouco conhecida no Brasil, que mistura respiração, equilíbrio e tonicidade. Ela precisa ser exercida em grupo e seu objetivo é reconhecer e reencontrar o ritmo para encontrar melhoras", explica.


Foto: Ascom SindMusi

Um dos pioneiros da técnica de Alexander no Brasil, o instrutor Edmundo Dias debateu sobre a técnica que visa à reeducação corporal e coordenação através de princípios físicos e psicológicos. "Não existe vida sem movimento. Podemos usar a autopercepção dos nossos movimentos para melhorar nossa respiração e nosso posicionamento corporal ao tocar um instrumento", ensina.

Fazendo uma analogia do instrumento como corpo humano e como objeto usado pelo músico, o violinista Paulo Bosísio comentou que é preciso afinar os dois instrumentos - corpo e objeto: "O corpo não pode mais ser tratado de qualquer forma, ele precisa de equilíbrio. Quando nascemos, temos um estado de relaxamento, mas, ao longo do crescimento e dos estímulos que recebemos, acabamos perdendo isso. O resgate é sempre possível com o auxílio de imagens e sensações", garantiu.

Distonia focal: um terror

Um dos problemas que mais assombram os músicos é a distonia focal - grupo de doenças que se caracterizam por espasmos musculares involuntários, gerando movimentos e posturas anormais de determinadas partes do corpo. A última mesa, que teve Edmur Paranhos Jr. como mediador, falou sobre "As Distonias Focais Como um Problema Ocupacional do Músico".

Sobre o tema, a fisioterapeuta Rita Moura apresentou propostas de tratamento. Segundo ela, existem duas formas de distonia focal: a primária, que não possui nenhuma causa detectada, ou seja, relacionada à genética; e a secundária, derivada de alguma lesão do sistema nervoso. "A distonia que se apresenta no músico é a primária e só acontece no ambiente de tocar. Os locais mais afetados são a face, os músculos do pescoço e os membros superiores", explica.

O médico PHD em medicina preventiva, Djalma Marques, apresentou o Programa de Reeducação Psicomotora para Músicos – PRPM, criado por ele através de uma pesquisa desenvolvida logo depois de ter sofrido de distonia focal. "Ela é incapacitante, precisamos tratá-la como um assunto sério", avisa.

O médico contou como funciona o programa, que trabalha com a tensão muscular e performance, por intermédio de treinamentos musculares diários. "Busca-se uma forma de diminuir a tensão. Não estamos preocupados em saber se há tratamento, mas sim se podemos tocar normalmente, mantendo a tensão em média. Para chegar a isso, é preciso fortalecer a musculatura", conclui.

As oficinas, realizadas no segundo dia do evento, estão na última página.



Obituário

Sanfona de pura magia



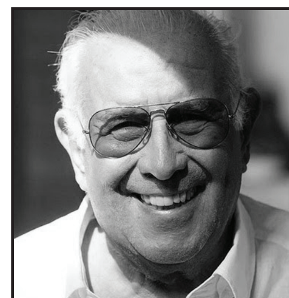
Dominguinhos

★ 12/02/1941
† 23/07/2013

Considerado o sanfoneiro mais importante do país e herdeiro artístico de Luiz Gonzaga (1912-1989), José Domingos de Morais nasceu em Garanhuns, no agreste de Pernambuco e conheceu Luiz Gonzaga com oito anos. Aos 13 anos, já morando no Rio, ganhou a primeira sanfona do Rei do Baião que, três anos mais tarde, o consagrou como seu herdeiro artístico.

Instrumentista, cantor e compositor, Dominguinhos ganhou em 2002 o Grammy Latino com o "CD Chegando de Mansinho". Ao longo da carreira, fez parcerias de sucesso com músicos como Gilberto Gil, Chico Buarque, Anastácia e Djavan.

A referência do Carnaval



Fernando Pamplona

★ 21/09/1926
† 29/09/2013

Pamplona marcou a história do carnaval do Rio a partir de 1960 e é considerado uma referência nos trabalhos desenvolvidos pelos carnavalescos Arlindo Rodrigues, Joãosinho Trinta, Maria Augusta e Rosa Magalhães, com os quais trabalhou e lançou no meio. Não à toa, era chamado de "Pai de todos". À frente da Escola de Samba Acadêmicos do Salgueiro ele levou para os desfiles temáticas africanas, que logo nos primeiros anos renderam títulos e boas colocações à escola do Andaraí. Em 1960, foi campeão com o enredo Quilombo dos Palmares, tendo repetido o feito em 1965, 1969 e 1971.

Virtuosismo à flor da pele



Álvaro Vetere

★ 7/03/1930
† 14/09/2013

Violinista e bandolinista virtuoso, AlvaroVetere fez parte das Orquestras Sinfônicas do Theatro Municipal, daOrquestra Nacional da Universidade Federal Fluminense e da Rádio MEC. Entretanto, seu talento não esteve só presente na música erudita. Na música popular, no campo do Samba, Bossa Nova, MPB e Jazz, Vetere trabalhou com artistas como Roberto Carlos, Chico Buarque, Milton Nascimento, Egberto Gismonti, Ivan Lins, Francis Hime, Toninho Horta, Nana Caymi e Agostinho dos Santos, entre outros.

Genial multifacetário



Paulinho tapajós

★ 17/08/1945
† 25/10/2013

Paulo Tapajós Gomes Filho, ou Paulinho Tapajós, foi um conhecido compositor carioca, além de cantor, músico, produtor musical, escritor e arquiteto. Um dos seus trabalhos mais conhecidos se deu junto com Nonato Buzar, quando assinou a canção"Irmãos Coragem", tema da novela da TV Globo, em 1970. Entre 1968 e 1970, destacou-se como compositor premiado em diversos festivais de música, com destaque para sua participação no III Festival Internacional da Canção, no qual obteve o terceiro lugar, na fase nacional, com a canção "Andança" (com Edmundo Souto e Danilo Caymmi), hoje com quase 300 gravações diferentes, e no IV Festival Internacional da Canção, no qual obteve o primeiro lugar na fase nacional e o primeiro lugar na fase internacional, com "Cantiga por Luciana" (com Edmundo Souto), hoje com mais de 100 gravações.

Talento e abnegação de um verdadeiro mestre

Carlos Gomes

★ 02/12/1932
† 13/10/2013



Professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro, integrante da Orquestra Sinfônica Nacional, fundador e administrador da Associação dos Trompistas Brasileiros e autor de um dos trabalhos mais importantes sobre a trajetória da trompa no Brasil. Através de sua tese de mestrado "O Ensino da trompa", Carlos começou a investigar o instrumento, construindo uma das poucas pesquisas sobre o tema existentes no Brasil. Carlos, que era filho de um clarinetista da Orquestra Sinfônica da Bahia, foi um exímio músico, que começou a tocar desde a infância. Tanto era seu talento que o próprio Villa-Lobos, em uma missão cultural no Nordeste para encontrar novos talentos, trouxe-o para o Rio de Janeiro. No Rio, solidificou-se profissionalmente e fez sua graduação, pós e licenciatura na UFRJ, onde ensinou por 19 anos. Também foi um dos fundadores do Quinteto Villa-Lobos.



A Saúde do Músico | Carolina Valverde

O canto e o corpo do cantor

Começamos nossa coluna "Saúde do Músico" com as palavras da fisioterapeuta Marina Médici, que conseguiu reproduzir de forma fiel, espontânea e profunda um pouco do que vivemos nesses três dias no Encontro Brasileiro de Saúde do Músico, quando profissionais da saúde e da música se uniram para o que posso chamar de uma oxigenação geral! "Reunir pessoas por um objetivo comum não é tarefa simples. No entanto, em meio à tamanha complexidade que permeia os encontros que somam e agregam, existe algo, como um fio condutor de ideias e de expectativas, que nos aproxima em vários pontos."

Toda essa percepção, um pouco filosófica, pôde ser percebida desde o primeiro minuto, junto a cada integrante do evento apoiado pelo SindMusi.

Um misto de sensações e percepções construiu cada fala, cada conversa. Assim, em cada movimento dos corpos que ali estiveram, em cada palavra fortalecedora e esclarecedora, tudo ia e vinha ao encontro do objetivo maior de conversar sobre um tema de tão grande importância: a saúde do músico!

O mais prazeroso e encantador foi ainda perceber que o interesse não está restrito apenas a uma classe profissional. Houve ali um exército de guerreiros, entre eles musicistas, fisioterapeutas, médicos, dentistas, regentes, advogados, nutricionistas, psicólogos, administradores, dançarinos, cantores, estudantes, jornalistas, fotógrafos e educadores. Pesquisadores e convidados de nove estados brasileiros diferentes também estiveram presentes, e o melhor de tudo: falando a mesma linguagem, baseada no cuidar do outro, cuidando de si, e também o contrário.

Caso fosse possível escolher uma expressão ou palavra que resumisse esse primeiro encontro, tal palavra seria consciência. Consciência apreendida em cada palestra, com a firmeza de uma rocha e a flexibilidade de uma fáscia. Consciência do corpo daquele que toca ou é tocado, do que somos no mundo e do que fazemos para ser e estar nele de uma maneira mais leve, com encantamento e vontade de ser feliz, com saúde e qualidade de vida.

Foi possível vivenciar corporalmente, visceralmente e integralmente este conceito tão especulado nas relações terapêuticas e educacionais da transdisciplinaridade.

Profissionais de diversas partes manifestaram, assim, um sentimento semelhante e a mesma vontade de "gritar suavemente", ao mundo e a cada um dos presentes, que a saúde do músico e a do artista não se trata de pura abstração ou algo surreal. Ela existe e permeia o fazer humano, artístico e profissional.

Que delícia ter vivido essa primeira experiência de tantas que há por vir, estreitando laços em busca da sistematização e da institucionalização do reconhecimento de que a saúde do músico deve fazer parte de todo o processo do fazer musical, de todos os espaços educacionais, das práticas clínicas voltadas à arte, das bandas, das orquestras e conjuntos, de terapeutas do corpo e da mente e, por que não, de onde mais soprar ou se fizer ouvir qualquer sinal e som de expressão da arte.

Esse evento contou com profissionais que pesquisam e trabalham na área da saúde do músico há muito tempo e com aqueles que acabaram de chegar, mas que vêm com a mesma convicção e certeza de que se trata de um assunto urgente, essencial e também apaixonante!

Participamos de mesas redondas e oficinas corporais práticas que abordaram assuntos relacionados a dados epidemiológicos, tipos de tratamentos, doenças dos músicos, importância da consciência corporal, necessidade de pesquisa na área, entre outros. Pudemos perceber que o corpo de profissionais interessados na saúde do músico está se formando devagar, porém eficientemente, e tem muito a oferecer. Seria ótimo se pudéssemos ter tido mais tempo para que cada um colocasse toda a sua experiência em pauta. Sabemos também que há outros profissionais da área que não estiveram presentes, por isso já vislumbramos a necessidade de pensarmos no próximo encontro, de forma cuidadosa e ampla.

Nosso objetivo é conscientizar a comunidade quanto aos aspectos que envolvem o fazer musical para que o músico se perceba no processo e os profissionais de saúde vejam o paciente-músico com toda sua especialidade. As instituições devem abrir os olhos para a realidade do músico trabalhador e necessitado de um olhar diferenciado, além de ser simplesmente um "fazedor" de entretenimento.

Desejamos que as faculdades e escolas de música do Brasil percebam a necessidade premente de introduzir oficialmente, em seus currículos, disciplinas que abordem assuntos sobre a saúde do músico, a fim de diminuir os riscos de lesões corporais relacionadas à pedagogia do instrumento, do canto, da regência e da performance musical. Para isso, acabamos de criar a campanha "Quero Saúde na Escola de Música", que poderá ser conhecida e acompanhada pelo endereço virtual: Facebook/Quero Saúde na Escola de MúsicaNós, músicos e profissionais da "Saúde do Músico", queremos agradecer muito a todos os envolvidos na produção desse evento que marca definitivamente a nossa história! ■



Encontro Brasileiro de Saúde do Músico

Oficinas: a linguagem do corpo



O segundo dia do "Encontro Brasileiro de Saúde do Músico" foi dedicado a oficinas de trabalhos corporais realizadas por profissionais da saúde e educadores musicais. Esses momentos tiveram o objetivo de aprofundar a aprendizagem, para que o músico possa reconhecer e respeitar as limitações de seu corpo, em prol de sua segurança e bem estar na execução de seu trabalho e nas diversas tarefas do cotidiano. As oficinas do encontro mostraram um pouquinho desses exercícios e técnicas que podem trazer grandes benefícios a todos.

Ministrada pelo professor Edmundo Dias, pioneiro da Técnica de Alexander no Brasil, a primeira oficina apresentou esse método de reeducação mental e corporal para o melhor funcionamento dos reflexos naturais do organismo. A ideia dessa técnica é reduzir o esforço e o excesso de tensão na execução de tarefas diárias, para promover maior tranquilidade e harmonia. Sempre muito bem humorado, o professor conduziu a oficina de modo bem dinâmico.

Para Edmundo, o corpo é consequência de um processo milenar de transformação, e a Técnica de Alexander visa trabalhar a relação do indivíduo com o uso que faz de si mesmo, seja pra abrir uma porta, tocar um instrumento, alcançar um objeto no alto, sentar, cantar, etc. "Tanto na sua estrutura física, mental ou emocional, toda a técnica é ensinada de forma gentil e efetiva, porque trabalhamos com o princípio de que o corpo é uma estrutura inteligente que apenas se desabituou a certos movimentos com o passar dos anos, e isso se dá por diversos motivos", explica o professor.

Na sequência, a fisioterapeuta Adriana Lacombe iniciou a segunda oficina, apresentando a Ginástica Holística, que trabalha o corpo como um todo para promover o alinhamento da postura e evitar dores. A ginástica, em muitos aspectos, se assemelha aos ensinamentos da Técnica de Alexander, o que conferiu maior fluidez para os praticantes.

A partir do conhecimento do corpo, é possível transformar suas ações e levar os resultados para seu cotidiano. As aulas são estruturadas com relaxamento ativo, fazendo o indivíduo perceber que existem contrações desnecessárias. "Após essa percepção, trabalhamos uma tonificação nessa nova posição, sempre respeitando o corpo e a individualidade de cada um, pois ninguém vai fazer movimento que não pode ou não se sinta confortável pra isso", explica Adriana ■